

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi saat ini telah membawa banyak perubahan dalam kehidupan manusia. Salah satunya adalah kebutuhan akan akses informasi yang dapat dipenuhi oleh internet dan media sosial (Rismala, dkk., 2021; Sosiawan, 2011). Internet kini telah berkembang dan menawarkan berbagai fungsi seperti transmisi data, sarana pengiriman surat (*email*), pusat pembelajaran dan pendidikan, dan mesin pencari (*search engine*), dan masih banyak lagi di mana individu dapat menggunakan fasilitas tersebut untuk bertukar data, bekerja, media promosi hingga menjalin relasi dengan orang baru. Tentunya hal ini tidak lepas dari inovasi teknologi informasi dan komunikasi yang bertujuan untuk memudahkan aktivitas manusia dalam kehidupan sehari-hari. Kemudahan-kemudahan tersebut membuat banyak orang semakin tertarik untuk berinternet. Bahkan saat ini, dalam beberapa kasus penggunaan internet dianggap sangat penting dan usia pengguna tidak menjadi pertimbangan (Pratiwi & Nuryono, 2021).

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang diikuti perkembangan penggunaan internet akhirnya memunculkan suatu realitas yang disebut media baru (*new media*) yaitu sebuah pengemasan pesan dengan menggunakan jaringan komputer berbasis internet sebagai saluran distribusinya. Bentuk media baru yang berkembang pesat adalah *smartphone* atau ponsel pintar, yang dapat memengaruhi cara penggunaannya dalam berkomunikasi dan melakukan berbagai kegiatan hanya dengan melalui teknologi yang disebut *smartphone* dan internet (Hanika, 2015). Kehadiran *smartphone* merupakan teknologi canggih dan berfungsi untuk memudahkan komunikasi yang memungkinkan individu untuk dapat terhubung dengan individu lain dari mana saja dan kapan saja. Pada awalnya *smartphone* hadir untuk melengkapi kebutuhan interaksi, terutama interaksi yang tidak dibatasi oleh jarak. Tetapi pada kenyataannya, yang terjadi adalah *smartphone* justru mengurangi interaksi sosial (Kadafi dkk., 2020).

Kemajuan teknologi *smartphone* memunculkan fenomena dan fakta baru yang dikenal dengan istilah *phubbing*. Fenomena dan fakta ini muncul dan menjadi salah satu dampak dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan sebagai alat untuk mengakses internet. Griffiths berpendapat bahwa apabila seseorang mengalami kecanduan maka ia akan lupa waktu, sehingga tidak menghiraukan keadaan sekitar dan tidak menghargai orang lain (Prasetyo, 2017). Pernyataan ini membuktikan bahwa *phubbing* merupakan salah satu dampak dari kecanduan *smartphone*.

Istilah *phubbing* pertama kali diperkenalkan pada tahun 2013 di Australia dalam kamus Macquarie, *phubbing* merupakan gabungan dari istilah *phone* dan *snubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Perilaku *phubbing* mengacu pada individu yang menunjukkan sikap menyakiti lawan bicara dengan menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Seseorang dengan perilaku *phubbing* menunjukkan sikap menyakiti orang lain dengan pura-pura memperhatikan saat diajak berkomunikasi, tetapi pandangannya tidak lepas dari *smartphone* yang ada di tangannya (Youarti & Hidayah, 2018). Secara alami, istilah *phubbing* muncul dari fakta bahwa *smartphone* semakin banyak digunakan sebagai sarana untuk memutus komunikasi tatap muka, baik secara sengaja maupun tidak sengaja.

Internet dan *smartphone* memiliki kaitan yang erat dengan perilaku *phubbing*. Dengan adanya internet, *smartphone* menjadi benda yang sangat menarik karena menyediakan berbagai fasilitas yang dapat memudahkan kehidupan manusia. Tidak hanya dapat digunakan sebagai alat komunikasi, namun *smartphone* juga dapat digunakan sebagai alat untuk mencari informasi, media belajar, media jual-beli dan sebagai media hiburan. Pada penelitiannya, Hakim & Raj (2017) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kecanduan internet merasakan pengaruh negatif salah satunya yaitu menurunnya interaksi sosial dengan teman-temannya karena lebih banyak yang menggunakan *smartphone* ketika berkumpul. Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, dkk. (2021) membuktikan bahwa adiksi internet memengaruhi perilaku *phubbing*, hal ini dibuktikan 46% responden merasa hubungannya dengan orang sekitar terganggu karena terlalu fokus bermain internet.

Pada saat ini, pengguna *smartphone* di Indonesia mengalami peningkatan yaitu sekitar 370,1 juta perangkat *mobile* terhubung pada tahun 2022 (APJII, 2022). Menurut data dari Hootsuite (*We are Social*) pada bulan Februari 2022, 4,95 miliar penduduk dunia merupakan pengguna internet dan 4,62 miliar jiwa merupakan pengguna aktif media sosial. Di Indonesia dari 277,7 juta total populasi penduduk, 204,7 juta jiwa merupakan pengguna internet dan 191,4 juta jiwa merupakan pengguna aktif media sosial. 94,1% penduduk Indonesia menggunakan *smartphone* untuk mengakses internet. Waktu rata-rata penduduk Indonesia dalam menggunakan internet setiap hari adalah 8 jam 36 menit, alasan-alasan penduduk Indonesia dalam mengakses internet adalah 80,1 % untuk menemukan informasi, 72,9% untuk menemukan ide baru dan inspirasi, 68,2% untuk komunikasi, 63,4% untuk mengisi waktu luang, dan lain sebagainya (Kemp, 2022).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menyebutkan bahwa pada periode 2021-2022 jumlah pengguna internet di Indonesia sebesar 77,02% dari total populasi penduduk Indonesia, naik 3,32% dari tahun sebelumnya. Konten internet yang sering diakses adalah media sosial (89,15%), *chatting online* (73,86%), *shopping online* (21,26%), *game online* (14,23%), dan konten internet lainnya (APJII, 2022).

Generasi remaja saat ini atau yang akrab disebut dengan generasi Z merupakan generasi yang paling berpotensi melakukan *phubbing* karena termasuk generasi yang sangat dekat dengan *smartphone* (Youarti & Hidayah, 2018). Masa remaja merupakan masa yang paling rentan karena terjadi peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa sehingga sering terjadi ketidakstabilan emosi dan cenderung menyukai hal-hal baru yang khususnya ditawarkan oleh *smartphone* dan internet (Pratiwi & Nuryono, 2021). Kurangnya tingkat kesadaran serta rendahnya kontrol diri menjadi penyebab penggunaan internet dan *smartphone* yang berlebihan sehingga melewati batas wajar dan menyebabkan kerugian atau efek negatif bagi individu tersebut (Fattayatunur, dkk., 2018). Salah satu efek negatif dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan adalah munculnya kecenderungan perilaku *phubbing* yang menyakiti orang lain dengan bertindak

acuh tak acuh terhadap orang sekitar karena lebih memilih fokus untuk bermain *smartphone* (Andiana & Barida, 2021).

Tapscott (2008) dalam bukunya yang berjudul *Grown Up Digital*, menyatakan bahwa generasi Z merupakan generasi yang lahirnya berkisar antara tahun 1998-2009. Dalam dunia pendidikan, individu yang termasuk dalam generasi Z adalah peserta didik sekolah menengah dimana kemungkinan perilaku *phubbing* rawan sekali dilakukan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rismala dkk. (2021) yang dilakukan pada 1980 responden remaja, ditemukan bahwa 22,55% remaja di Indonesia mengalami adiksi internet dan 20,2% mengalami adiksi media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa banyak remaja di Indonesia yang menggunakan internet dan media sosial secara berlebihan sehingga mengalami kecanduan. Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Ilma'nunah (2021) menunjukkan bahwa lama waktu penggunaan *smartphone* (alat untuk mengakses internet dan media sosial) mempengaruhi kecenderungan perilaku *phubbing*, peserta didik yang menggunakan *smartphone* 1-5 jam/hari memiliki perilaku *phubbing* ringan menuju ke sedang, 6-20 jam/hari memiliki perilaku *phubbing* sedang menuju ke ringan, >20 jam/hari memiliki perilaku *phubbing* sedang menuju ke berat. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rachman dkk. (2019) di SMPN 25 Banjarmasin mendapatkan hasil bahwa sebagian besar peserta didik memiliki tingkat kategori *phubbing* tinggi yaitu sebanyak 43,3%, diikuti oleh tingkat kategori *phubbing* rendah sebanyak 40%, dan tingkat kategori *phubbing* sangat tinggi yaitu sebanyak 16,7%. Lalu penelitian di MAN 13 Jakarta yang dilakukan Tsaqila (2019) mengungkap terdapat 28 responden yang berada pada kategori *phubbing* rendah (14%), 142 responden berada pada kategori *phubbing* sedang (71%) dan 30 responden berada pada kategori *phubbing* tinggi (15%). Selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2019) yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di SMAN 4 Tuban memiliki perilaku *phubbing*, 73,5% peserta didik berada dalam kategori *phubbing* sedang. Dari beberapa hasil penelitian di atas diketahui bahwa perilaku *phubbing* telah banyak dilakukan oleh remaja di sekolah menengah di berbagai daerah di Indonesia, dan tidak menutup kemungkinan bahwa perilaku *phubbing* juga dilakukan oleh peserta didik SMP di Kota Banjar.

Berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD), *phubbing* dapat memengaruhi empat bidang yaitu pribadi, sosial, belajar, dan karir (Sugiyatno, 2014). Pada bidang pribadi, *phubbing* memengaruhi perilaku etis peserta didik; pada bidang sosial, *phubbing* memengaruhi kesadaran tanggung jawab sosial peserta didik di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat, serta berpengaruh pada kematangan hubungan dengan teman sebaya; pada bidang belajar perilaku *phubbing* berkaitan dengan kematangan intelektual, dimana peserta didik perlu memiliki keterampilan menyadari keragaman alternatif keputusan dan konsekuensi yang dihadapi akibat dari perilaku *phubbing* yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain; dan pada bidang karir, peserta didik tentu perlu memiliki keterampilan interaksi yang baik. Karena tidak dapat dipungkiri bahwa dampak perilaku *phubbing* di antaranya adalah prokrastinasi, gangguan konsentrasi, dan prestasi yang rendah.

Fenomena dan fakta tentang *phubbing* jika dibiarkan akan melahirkan generasi-generasi dengan perilaku yang apatis, tidak peduli akan lawan bicara dan sekitarnya, serta rawan terkena konflik dengan orang sekitarnya termasuk teman sebaya, guru, dan orang dewasa lainnya. Peserta didik yang memiliki kecenderungan perilaku *phubbing* akan mengalami kesulitan ketika beradaptasi dan berkomunikasi dengan orang sekitar terlebih saat ia dewasa nanti. Perilaku *phubbing* juga berlawanan dengan norma kesopanan yang berlaku di masyarakat, serta bertentangan dengan dasar negara dan kebudayaan gotong royong di Negara Indonesia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hunainah & Riswanto (2021), menyebutkan bahwa kecenderungan perilaku *phubbing* dapat mengakibatkan perilaku anti sosial pada remaja. Remaja yang semula berjiwa sosial dapat berubah menjadi individu yang acuh tak acuh terhadap kondisi lingkungan sekitar dan aktivitas sosial di masyarakat, apatis, kurang dapat mengontrol perilakunya sehingga mengabaikan norma sosial dan melupakan tugas dan kewajiban yang dibebankan kepadanya. Perilaku *phubbing* menjadi faktor penghambat bagi remaja untuk membangun percakapan yang baik dan nyaman di lingkungan pergaulannya sehingga membuat orang lain tersinggung karena perilakunya. Hal ini mengakibatkan remaja mendapatkan diskriminasi, dikucilkan, dan diabaikan oleh orang sekitar.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan agar guru bimbingan dan konseling dapat mengetahui tingkat kecenderungan perilaku *phubbing* pada peserta didik. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam merancang layanan bimbingan dan konseling pribadi dan melalui layanan yang diberikan baik layanan dasar maupun layanan responsif, diharapkan guru BK dapat mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* pada peserta didik sehingga peserta didik dapat menggunakan teknologi dengan bijak. Jika diibaratkan *smartphone* itu seperti sebilah pisau, dapat bermanfaat jika digunakan dengan cara yang tepat namun juga dapat membahayakan jika digunakan dengan cara yang tidak semestinya.

1.2 Rumusan Masalah

Pada masa remaja, individu tidak hanya dituntut untuk bersosialisasi dengan keluarga namun juga dengan masyarakat agar individu dapat berbaur dan menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat (Utami, dkk., 2017). Sesuai dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, remaja juga dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhinya. Ketika tugas-tugas perkembangan tersebut dapat diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai suatu kepuasan, kebahagiaan dan penerimaan dari lingkungan. Keberhasilan individu dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja akan mempengaruhi keberhasilan individu dalam memenuhi tugas perkembangan pada fase berikutnya (Retnowati, 2013). Namun, tidak semua remaja mampu memenuhi tugas-tugas perkembangan tersebut dengan baik. Di era globalisasi saat ini, banyak remaja yang berkembang tidak sesuai dengan tugas perkembangannya. Banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut, salah satunya adalah perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ameliola & Nugraha, 2015).

Salah satu teknologi yang berkembang pesat pada saat ini adalah *smartphone*. Banyak hal yang dapat dilakukan melalui *smartphone* apalagi yang terhubung dengan internet, diantaranya adalah untuk pendidikan, informasi, komunikasi, dan hiburan. Penggunaan internet oleh remaja dapat menimbulkan dampak positif maupun dampak negatif, karena remaja cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosialnya sehingga ketika menggunakan internet remaja tidak

mempertimbangkan dampak yang akan diterima olehnya (Ekasari & Dharmawan, 2012). Namun pada umumnya remaja tidak mampu memfilter hal-hal baik ataupun buruk dari internet, sehingga remaja rentan terkena dampak negatif dari penggunaan internet (Sari, dkk., 2017). Salah satu dampaknya adalah remaja menjadi sangat tergantung pada penggunaan *smartphone* dan internet untuk mencapai kepuasan dengan menghabiskan waktu berlarut-larut, sehingga remaja mengalami kecanduan (Fauziawati, 2015). Lebih lanjut, dampak dari kecanduan *smartphone* dan internet adalah munculnya kecenderungan perilaku *phubbing* yang dapat berakibat pada menurunnya kualitas interaksi peserta didik. Dari uraian yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar?
- 2) Bagaimana layanan bimbingan dan konseling pribadi yang dapat dikembangkan untuk mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk memperoleh gambaran mengenai perilaku *phubbing* pada peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar dan untuk memperoleh data sebagai bahan untuk merumuskan layanan bimbingan dan konseling pribadi. Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Mendeskripsikan kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar.
- 2) Merancang layanan bimbingan dan konseling pribadi untuk mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat hasil penelitian ini secara teoritis dapat memberikan gambaran atau referensi mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* dan diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling tentang *phubbing*. Adapun manfaat secara praktis yaitu:

- 1) Bagi konselor/guru bimbingan dan konseling, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling pribadi.
- 2) Bagi mahasiswa/calon guru bimbingan dan konseling, diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan dasar referensi mengenai kecenderungan perilaku *phubbing*.
- 3) Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan acuan untuk penelitian selanjutnya mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* pada peserta didik SMP.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Adapun sistematika penulisan penelitian yang terdiri dari 5 bab, yaitu: bab I pendahuluan meliputi: latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II meliputi: kajian pustaka berisi tentang konsep teoritis yang relevan. Bab III meliputi: desain penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, teknik analisis data, dan penyusunan rancangan layanan. Bab IV meliputi: hasil penelitian dan pembahasan, implikasi dalam bimbingan dan konseling, dan rancangan layanan bimbingan dan konseling. Bab V meliputi: kesimpulan dan rekomendasi.